

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

IMPORTANCIA DE LEYES DE SALUD MENTAL DE CALIDAD EN EL SECTOR SALUD DEBIDO A LA COVID 19

IMPORTANCE OF QUALITY MENTAL HEALTH LAWS IN THE HEALTH SECTOR DUE TO COVID 19

Brenda Nicole Prada Ayala
Profesional en Relaciones Internacionales y Estudios Políticos
Estudiante aspirante al título de Especialista en Gerencia de la Calidad
Bogotá, Colombia.
Est.brenda.prada@unimilitar.edu.co

Artículo de Investigación

DIRECTOR
Ph.D. Ximena Lucía Pedraza Nájar

Doctora en Administración – Universidad de Celaya (México)
Magíster en Calidad y Gestión Integral – Universidad Santo Tomás e Icontec
Especialista en gestión de la producción, la calidad y la tecnología - Universidad Politécnica
de Madrid (España)
Especialista en gerencia de procesos, calidad e innovación – Universidad EAN (Bogotá D.C.)
Microbióloga Industrial – Pontifica Universidad Javeriana
Auditor de certificación: sistemas de gestión y de producto

Gestora Especialización en Gerencia de la Calidad - Universidad Militar Nueva Granada
ximena.pedraza@unimilitar.edu.co; gerencia.calidad@unimilitar.edu.co



La U
acreditada
para todos

ESPECIALIZACIÓN EN GERENCIA DE LA CALIDAD
UNIVERSIDAD MILITAR NUEVA GRANADA
FACULTAD DE INGENIERÍA
JUNIO DE 2021

IMPORTANCIA DE LEYES DE SALUD MENTAL DE CALIDAD EN EL SECTOR SALUD DEBIDO A LA COVID 19

IMPORTANCE OF QUALITY MENTAL HEALTH LAWS IN THE HEALTH SECTOR DUE TO COVID 19

Brenda Nicole Prada Ayala
Profesional en Relaciones Internacionales y Estudios Políticos
Estudiante aspirante al título de Especialista en Gerencia de la Calidad
Bogotá, Colombia.
Est.brenda.prada@unimilitar.edu.co

RESUMEN

La rápida propagación del virus de la COVID 19 en Colombia ha puesto en jaque al personal médico de salud del país, no solamente por la cantidad de casos que llegan a los centros médicos, sino también por el estrés laboral que produce la situación, desencadenando en síntomas de trastornos mentales leves, pero que requieren cierta atención por parte de especialistas en salud mental, debido a la falta de personal médico se han visto obligados a continuar con sus labores en los centros médicos, lo que ha generado crisis de ansiedad, miedo a contraer el virus, temor por infectar a sus familiares, estrés laboral. Adicionalmente las políticas, leyes, estatutos existentes en el país, no abarcan situaciones como la COVID 19, razón por la cual es relevante que se empiecen a reformar estas leyes para tener una buena cobertura iniciando por el personal médico así mismo se debe velar porque a nivel mundial los Objetivos del Desarrollo Sostenible incluyan a profundidad el tema de la salud mental como algo vital más específicamente en el ODS 3 sobre salud y bienestar, para el presente trabajo, se tomarán como base las referencias bibliográficas basadas en documentos, leyes referentes a la salud mental en Colombia, sus reformas y demás pertinente a la salud mental, así como publicaciones de entidades y organismos internacionales que contribuyan a la búsqueda de una equidad en la salud mentales, determinando así la importancia de leyes de calidad en salud mental y las mejoras que requiere la actual Ley de Salud Mental en Colombia.

Palabras clave: Covid 19, salud mental, trastornos mentales, estrés laboral, leyes de salud mental, personal médico, ansiedad.

ABSTRACT

The rapid spread of the COVID 19 virus in Colombia has put the country's medical health personnel in check, not only because of the number of cases that reach medical centers, but also because of the work stress that the situation produces, triggering in symptoms of mild mental disorders, but that require some attention from mental health specialists, due to the lack of medical personnel they have been forced to continue their work in medical centers, which has generated anxiety attacks, fear of contracting the virus, fear of infecting family members, job stress.

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

Additionally, the policies, laws, and statutes existing in the country do not cover situations such as COVID 19, which is why it is relevant that these laws begin to be reformed in order to have good coverage, starting with the medical personnel, as well as ensuring that At the global level, the Sustainable Development Goals include in depth the issue of mental health as something vital, more specifically in SDG 3 on health and well-being, for this work, bibliographic references based on documents, laws referring to the mental health in Colombia, its reforms and other pertinent to mental health, as well as publications from international entities and organizations that contribute to the search for equity in mental health, thus determining the importance of quality laws in mental health and improvements required by the current Mental Health Law in Colombia.

Keywords: Covid 19, mental health, mental disorders, work stress, mental health laws, medical personnel, anxiety.

INTRODUCCIÓN

La salud mental es un pilar fundamental para tener condiciones de vida óptimas en cualquier ser humano, es necesario dejar de restarle importancia a los problemas en la salud mental y hacerlos ver como una parte importante en la calidad de vida, adicionalmente, este tipo de enfermedades debe empezar a ser más tratada entre las leyes promulgadas por los gobernantes de los países, para así mismo destinar medios económicos para tratamientos de enfermedades mentales y a campañas sobre salud mental.

La salud mental es una parte integral de la salud y va más allá de la ausencia de trastornos mentales. Por ello, su abordaje requiere de intervenciones conjuntas desde distintos sectores, a fin de promoverla y abordar su tratamiento. La mala salud mental se asocia asimismo a los cambios sociales rápidos, a las condiciones de trabajo estresantes, a la discriminación y los mandatos de género, a la exclusión social, a los modos de vida poco saludables, a los riesgos de violencia y mala salud física y a las violaciones de los derechos humanos. (OPS/OMS, 2020a)

Ahora bien, es muy importante incluir una nueva consecuencia de trastornos en la salud mental con la situación actual de la pandemia de la COVID 19, esto a raíz de que ningún Estado

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

estaba capacitado para afrontar esta situación, tampoco se habían tomado las medidas necesarias a nivel económico, social, ambiental, legal, de salud, ni de ningún ámbito, lo que llevó a generar una crisis en la salud mental de gran parte del personal de la salud a nivel mundial, por el colapso que tuvieron que enfrentar en tan corto tiempo.

Esta pandemia ha expuesto la necesidad de que la salud mental se constituya como un componente central dentro de los planes de respuesta y recuperación de los sistemas de salud y los gobiernos nacionales. Es importante destacar que las políticas de salud mental que adopten los países deben abordar cuestiones que incluyan la promoción de la salud mental y no sólo ocuparse de los trastornos mentales. (OPS/OMS, 2020a)

Esto en especial es de gran importancia, pues centrándose un poco más en Colombia, se puede establecer que solamente existe una Ley sobre salud mental y que es del año 2013, razón por la cual es significativo empezar a replantear los cambios que se han venido dando a raíz de la pandemia de la Covid 19, esto podrá generar cambios significativos en la forma de tratar los trastornos mentales y de asociar las nuevas situaciones que enfrenta el país.

En todos los individuos, la salud mental, la física y la social están íntimamente imbricadas. Con el creciente conocimiento sobre esta interdependencia, surge de manera más evidente que la salud mental es un pilar central en el bienestar general de los individuos, sociedades y naciones.

Desafortunadamente, en la mayor parte del mundo, no se le acuerda a la salud mental y a los trastornos mentales la misma importancia que a la física; en rigor, han sido más bien objeto de ignorancia o desatención. (OMS, 2004)

Las políticas públicas de salud mental en cualquier país son necesarias, puesto que la salud mental es muy necesaria para tener condiciones de vida óptimas, es decir que sin una salud

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

mental adecuada o sin tratamientos necesarios la calidad de vida se ve reducida significativamente, lo que afecta a familias enteras en todo el mundo, pues con el pasar del tiempo ha empezado a notarse como los trastornos mentales empiezan a convertirse en una necesidad a tratar por parte del estado, así mismo generar políticas públicas y leyes acordes para tratarlos, razón por la cual se debe velar por que sean de alta calidad y que se cubran las necesidades de los pacientes.

Para hacerlo es fundamental incorporar, en el desarrollo de estas políticas, a sectores como el de educación, empleo, justicia, vivienda, desarrollo social, así como a la sociedad civil, además del sector salud. En el contexto de los esfuerzos nacionales por desarrollar y aplicar políticas relativas a la salud mental, es esencial, no solo proteger y promover el bienestar mental de los ciudadanos, sino también satisfacer las necesidades de las personas con trastornos de salud mental. (OPS/OMS, 2020a)

Es necesario replantear la Ley de Salud Mental en Colombia, brindar una política de calidad y adicionalmente aspirar a cubrir de la mejor forma las necesidades de éstas en el personal de la salud y las personas en general, es por esto que es importante determinar las principales necesidades y generar iniciativas para que el Gobierno Nacional considere mejorar y prestar mayor atención al sistema de salud enfocado principalmente a la salud mental.

No se debe olvidar que sin una salud mental adecuada será prácticamente imposible brindar atención de calidad a los pacientes en los hospitales, es por esto que el personal de salud debe primar en dichos tratamientos, pues con la pandemia se pudo notar las grandes deficiencias que tiene el sistema de salud, vistas desde cualquier ángulo, así que es de suma importancia prestarle atención a dichas problemáticas en nuestro país, hacerlas más visibles y brindar soluciones eficaces.

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

Otro aspecto fundamental a tener en cuenta en esta crisis sanitaria es el estrés agudo generado por situaciones de elevada carga emocional y el estrés postraumático y crónico que pueden desarrollar algunos colectivos de profesionales que han trabajado en primera línea. En muchos hospitales se han llevado a cabo estrategias de soporte psicológico a los profesionales. Además, la OMS realiza algunas recomendaciones para la reducción del estrés y malestar psicológico en los profesionales de la salud que incluyen la normalización de emociones, mantener necesidades básicas, de soporte social y una distribución de tareas con horarios flexibles de trabajo. (González y Labad, 2020)

A raíz de estos conocimientos y la importancia que ha brindado la OMS sobre la salud mental, es muy importante empezar a ver estos trastornos como una problemática urgente de atender, así mismo dentro del ODS N° 3 “Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades” deben tratarse los temas de salud mental, así como lo ha hecho notar la OMS, es importante que se aplique en los países y no se limite solamente a la salud física y el acceso a derechos en salud física, sino a la salud en general y el bienestar de las personas.

El orden del día de la Asamblea se centrará en los Objetivos de Desarrollo Sostenible relacionados con la salud y en las metas de los tres mil millones de la OMS, que consisten en que mil millones más de personas se beneficien de la cobertura sanitaria universal, que mil millones más de personas estén protegidas frente a las emergencias sanitarias y que mil millones más de personas disfruten de una mejor salud y bienestar. (OPS/OMS, 2021)

Es por esto que ante la situación que afrontan los países en este momento hace de gran importancia replantear la política de salud mental colombiana, así como atender prioritariamente al personal de salud, con esto se logrará empezar a mitigar el problema y éstos también van a poder enfrentar con mayor calma todos los retos que ha traído la pandemia de la Covid 19 para la

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

población en general y así mismo sus condiciones de salud mental mejoren significativamente, adicionalmente mirándolo desde una óptica del aporte de los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS), más específicamente el ODS N° 3 “*Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades*” debería incluir la salud mental como un pilar fundamental para que esa vida sana sea totalmente contemplada y se tengan en cuenta todos los aspectos.

A través del informe de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2020 emitido por Naciones Unidas, el Secretario General Adjunto de Asuntos Económicos y Sociales Sr. Liu Zhenmin manifiesta que antes de la pandemia no había un progreso igual en el avance del cumplimiento de la agenda 2030 por parte de los países y debido a la pandemia se interrumpió de manera abrupta la implementación de muchos de los ODS y en algunos casos se puede considerar un retroceso de décadas de progreso. (Herrera, 2020)

Evitando trastornos de salud que pueden afectar en primer lugar al personal de salud y en segundo lugar a los pacientes, esto probablemente ayude a mejorar situaciones futuras como las que enfrentan los países en la actualidad y en este caso en especial ayudará a que Colombia mejore significativamente su calidad en la política de salud mental y pueda probablemente manejar situaciones futuras similares a la actual. La pandemia de la COVID-19 y las medidas para su mitigación han generado, además, escenarios de cambio en la situación económica de los hogares y las personas. La seguridad económica tiene efectos de salud mental (DANE, 2020).

Debido a la alta y rápida propagación del virus de la Covid 19, se pudo evidenciar que en Colombia, las políticas sobre salud mental no están muy sólidas y estructuradas para poder sobrellevar una situación de caos, donde el personal de la salud se viera gravemente afectado y

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

se tuvieran que evidenciar trastornos de salud mental en los mismos, debido a situaciones a las que se tenían que enfrentar diariamente.

El virus COVID-19, se detectó por primera vez en Wuhan, China, en diciembre de 2019.

El 30 de enero de 2020, el Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró que el brote actual constituía una emergencia de salud pública de preocupación internacional. Ante la presencia de la enfermedad COVID-19 en Colombia, después del 6 de marzo de 2020, el país inicia la fase de contención en la cual es importante dar instrucciones en el marco de intervención, respuesta y atención del COVID19, en especial para el uso racional de elementos de protección personal (EPP) en entornos de salud y comunitarios. (MinSalud, 2020a)

Adicionalmente se contaba con poca información documentada sobre el virus al que se estaba viendo enfrentado el mundo entero, lo que hacía mucho más difícil dar un manejo más acorde y donde el personal médico supiera como enfrentar la situación sin afectar su salud mental y física., tampoco se habían establecido evaluaciones en salud mental sobre las consecuencias del virus en la población general.

Existe una urgente necesidad de generar evidencia rápida y contextualizada sobre los cambios de conductas, motivaciones y preocupaciones de las personas durante esta situación; en particular, bajo estrictas medidas de aislamiento preventivo como única forma para lograr la medidas de mitigación y supresión del virus a los niveles más bajos. Es así como el distanciamiento físico, el teletrabajo, el homeschooling, la reducción de la movilidad y la nueva vida bajo una cuarentena que se ha venido normalizando, constituyen mecanismos que están teniendo efectos negativos sobre la salud mental de las

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

personas y sus familias, y por tanto, requieren ser un tema central y mucho más visible en la agenda pública y académica. (Cifuentes, *et.al*, 2020)

A su vez los principales problemas de afectación en la salud mental que se dieron, fueron trastornos de estrés post traumáticos, miedo a contraer el virus, pérdida de sueño, horas de trabajo extra, carga laboral extensa y que requería muchos cuidados de asepsia, adicionalmente la pérdida de contacto con los familiares y amigos generó un desgaste también en su salud mental, así mismo, la pérdida de familiares, amigos y compañeros de trabajo, generó crisis de pánico y baja resistencia a saber llevar este tipo de situaciones.

El personal de salud, sin importar el área en la que se encuentra, se ha visto sometido a una carga laboral abrumadora debido al miedo que despierta la posibilidad de contagiarse y afectar a las personas de su alrededor, a su familia o a sus compañeros.

(Urbiña, *et.al*, 2021)

Sumado a esto, la falta de información o en muchos casos la desinformación, llevó a que se tildara al personal médico como foco de contagio excesivo, lo que se tornó en situaciones agresivas hacia ellos y generó nuevamente afectaciones en la salud mental del personal.

El estrés, la ansiedad y el miedo son emociones o expresiones sintomáticas que son normales en fases iniciales ante estímulos agresores que se pueden moderar con patrones individuales de afrontamiento o somatización, y también se pueden desbordar llevando a la histeria o al pánico. (Monterrosa, *et.al*, 2020)

Esto hizo más evidente la falta de políticas de salud mental de calidad, necesarias para cualquier ámbito de la vida y que sin ellas es demasiado difícil poder enfrentarse a situaciones de salud graves, ya que como se menciona anteriormente la salud mental es necesaria y complementa la salud física, adicionalmente se hizo notorio la falta de más campañas de

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

prevención y de ayuda sobre la salud mental, consideraciones que se pudieron tener en cuenta para manejar un poco mejor la situación de pandemia y la falta de elementos médicos.

Los trabajadores de la salud cuando se ven enfrentados a situaciones de alta demanda de trabajo y de condiciones inseguras, especialmente en situaciones de emergencia sanitaria como la que el País enfrenta en este momento, pueden llegar a presentar ansiedad o manifestaciones emocionales alteradas, ya que, en el ambiente hospitalario, además de trabajar con sus propias emociones y conflictos, los trabajadores deben abordar también las necesidades emocionales de sus pacientes y familiares. (MinSalud, 2020a)

La falta de servicios psicológicos y psiquiátricos en los centros de salud tampoco contribuyó en gran medida a minimizar la problemática a la que se veía enfrentada Colombia, pues al no tener un acceso fácil a estos servicios, seguía generando de alguna forma problemas en la salud mental y no correr con la suerte de encontrar un tratamiento efectivo para poder sobrellevar la situación de la Covid 19, esto sumado a personal insuficiente para dar respuesta en el menor tiempo posible a las situaciones de salud mental más críticas, llevó en muchas ocasiones a que las personas se deterioraran mentalmente y no pudieran solucionar sus dudas o en dado caso adquirir tratamientos psicológicos o psiquiátricos de calidad.

El presente artículo permitirá conocer por qué es tan importante contar con leyes de salud mental de calidad en el sector salud, haciendo frente a la COVID 19 en Colombia, así mismo cómo desde el impacto que tienen los Objetivos del Desarrollo Sostenible se puede generar un mayor impacto para incluir políticas de salud mental en todos los países, para beneficiar tanto a los trabajadores de la salud como a la población en general; así mismo exponer las leyes existentes en Colombia sobre la salud mental y sus principales reformas, priorizar las afectaciones de mayor impacto en torno a la salud mental de los trabajadores de la salud en

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

Colombia y revisar las principales medidas tomadas por parte del Gobierno colombiano frente a los problemas de salud mental generados en los trabajadores de salud.

MATERIALES Y MÉTODOS

La importancia de la salud mental tanto en Colombia como a nivel mundial, a partir del año 2020 recobró gran relevancia debido al rápido crecimiento de la COVID 19 en todos los países y a la rápida propagación de la enfermedad, así como al personal médico insuficiente, esta crisis cobró gran importancia en el sector salud, afectando gravemente la salud mental de los mismos, por situaciones de alto impacto a las que se veían enfrentados constantemente, razón por la cual el Estado colombiano tuvo que hacer frente a la emergencia sanitaria después de detectado el primer caso en el país.

Razón por la cual la Organización Mundial de la Salud, debió realizar un seguimiento exhaustivo a diversas situaciones que se iban generando a raíz de la COVID 19, tanto a nivel regional, como a nivel mundial.

La OPS/OMS activó los equipos regionales y nacionales de gestión de incidentes para dar apoyo a la respuesta a la emergencia de manera directa a los ministerios de salud y otras autoridades nacionales en relación con la vigilancia, la capacidad en materia de laboratorios, los servicios de apoyo para la atención de salud, la prevención y el control de infecciones, el manejo clínico y la comunicación de riesgos, todo en consonancia con las líneas prioritarias de acción. (OPS/OMS, 2020b)

Figura 1.*Situación en las Américas de casos confirmados al 31 de marzo de 2020*

Nota: La anterior imagen pertenece a la cantidad de casos confirmados, reportados para la OPS/OMS, fue extraída de https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52404/COVID-19SitRep1_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

El rápido crecimiento de la COVID 19 no permitió tener un control sobre las enfermedades que se podrían desencadenar, motivo por el cual era casi impredecible cualquier situación que llegara a raíz del mismo virus, aquí se empezaron a relacionar síntomas del síndrome de Burnout dentro de los trabajadores de la salud, tanto en Colombia como a nivel mundial.

El Síndrome de Burnout es un fenómeno que afecta la salud física, psicológica y mental de los trabajadores en especial aquellos que pertenecen a áreas de la salud, este presenta implicaciones como la ansiedad, estrés, desgaste, la no realización personal y/o profesional, ausentismo laboral, mayor probabilidad de errores en la práctica profesional

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

que pueden generar una incapacidad o muerte en un paciente y la deserción del profesional que lo padece. (Miranda, 2018)

Ahora bien, la falta de implementación de leyes de salud mental a raíz de la COVID 19, también causaron un impacto alto en el personal de la salud, pues ya las políticas debían estar acordes a la situación actual del país, la más reciente ley en salud mental en Colombia es del año 2013, lo que deja de lado problemáticas recientes que seguían afectando sustancialmente al personal médico y adicionalmente no se daban soluciones que mejoraran esta situación.

La Gestión Integrada para la Salud mental consiste en conjunto de políticas y lineamientos que orientan a los diferentes actores sociales para que desarrollen acciones orientadas a la promoción de la salud mental, la prevención, el tratamiento y la rehabilitación de los problemas y trastornos mentales y a la epilepsia. (MinSalud, 2020b)

Adicionalmente, el tema de la salud mental, cobra gran sentido a raíz de la COVID 19, motivo por el cual es necesario tener en cuenta lo relevante que para el presente caso se hace contar con medidas adecuadas para tratar los efectos desencadenados por la situación de amplio estrés laboral y posible contagio por cualquier sector dentro del área de la salud.

SALUD MENTAL. La salud mental se define como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción [...] La Salud Mental es de interés y prioridad nacional para la República de Colombia, es un derecho fundamental, es tema prioritario de salud pública, es un bien de interés público y es componente esencial del bienestar general y el mejoramiento de la calidad de vida de colombianos y colombianas. (Ley 1616 de 2013)

Ya en lo referente a la afectación en la salud mental de los trabajadores de la salud, es importante resaltar que en este caso, se tiene más un problema mental, que un trastorno, ya que

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

según la Encuesta Nacional de Salud Mental 2015 definió problema mental como el malestar y las dificultades en la interacción con los otros, que se generan por la vivencia de eventos estresantes y no son tan graves como un trastorno mental (Resolución 4886 de 2018), a pesar de lo reciente que es dicha resolución, se puede notar que aspectos como los vividos por los trabajadores de la salud, en medio de la pandemia son importantes incluirlos en dichas leyes y resoluciones, puesto que esto amerita un tratamiento especializado, donde realmente se puedan tratar trastornos que afectan en forma significativa la calidad de vida de los trabajadores de la salud.

La pandemia de COVID-19 ha perturbado o paralizado los servicios de salud mental esenciales del 93% de los países del mundo, en tanto que aumenta la demanda de atención de salud mental, según un nuevo estudio de la OMS. El estudio, que abarca 130 países, aporta los primeros datos mundiales acerca de los efectos devastadores de la COVID-19 sobre el acceso a los servicios de salud mental y pone de relieve la necesidad urgente de incrementar la financiación. (OPS/OMS, 2020c)

Para desarrollar el presente trabajo, se tomarán como base las referencias bibliográficas basadas en documentos, leyes referentes a la salud mental en Colombia, sus reformas y demás pertinente a la salud mental, así como publicaciones de entidades y organismos internacionales que contribuyan a la búsqueda de una equidad en la salud mental, las mismas serán consultadas a través de páginas web veraces y que aporten información imparcial y clara de la problemática a tratar, así mismo los términos relacionados de carácter médico serán consultados en medios electrónicos que tengan un acercamiento a nivel médico y que puedan brindar información sólida necesaria, adicionalmente documentos procedentes del ministerio de salud, así mismo se utilizará la página de la Organización Mundial de la Salud (OMS/OPS), la cual se ha encargado de

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

brindar información veraz para el tratamiento de trastornos médicos referentes a la salud mental, así como métodos para tratar de sobrellevar la situación mediante pequeños tips. También bases de datos que aporten fundamentos para solventar el trabajo respecto a la salud mental mediante fuentes veraces e imparciales que permitan tener más acercamiento a la situación a tratar durante el desarrollo del trabajo, tal como la suministrada por la Universidad Autónoma de Bucaramanga en su revista de la Facultad de Ciencias de la Salud, más exactamente en el artículo denominado “Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombiano” el cual brinda una encuesta que permite analizar de una manera más detallada la situación enfrentada a nivel de salud mental por el personal médico en Colombia.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Las afectaciones en la salud mental a raíz de la COVID 19, generó una preocupación a nivel mundial, debido al rápido crecimiento en la gran mayoría de los países, el incremento de los turnos laborales, sumado a la falta de espacios de esparcimiento, el riguroso control para no contagiar a sus familiares y muchas veces la necesaria desvinculación personal con la familia, por evitar cualquier foco de contagio, generó en el personal médico graves afectaciones y trastornos mentales que afectaron significativamente su calidad de vida.

Hay algunos grupos poblacionales que pueden ser más proclives a sufrir malestar psicológico generado en el contexto de la COVID-19, como los profesionales sanitarios de primera línea, que se enfrentan a una sobrecarga de trabajo, al riesgo de contagio y a la necesidad de tomar decisiones de vida o muerte. En China, se han notificado tasas elevadas de depresión (50%), ansiedad (45%) e insomnio (34%) en el personal sanitario y, en el Canadá, el 47% de los profesionales de la salud han referido que necesitan apoyo psicológico. (OPS/OMS, 2020d)

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

Tabla 1.

Percepción y opinión de aspectos relacionados con la epidemia del COVID-19 y el desempeño de los encuestados.

		Todos: 531	Municipio no capital n=142 (26.7%)	Municipio capital n=389 (73.3%)	p *
n (%) [IC95%]					
¿Ha sentido que lo discriminan por ser personal sanitario?	No	324 (61.0) [56.8-65.0]	96 (67.6) [59.2-75.2]	228 (58.6) [53.7-63.4]	0.06
	Sí	207 (39.0) [34.9-43.2]	46 (32.4) [24.8-40.7]	161 (41.4) [36.6-46.3]	
¿Ha creído tener síntomas relacionados con el COVID-19?	No	327 (61.6) [57.4-65.5]	99 (69.7) [61.4-77.1]	228 (58.6) [53.7-63.4]	<0.05
	Sí	204 (38.4) [34.4-42.6]	43 (30.3) [22.9-38.5]	161 (41.4) [36.6-46.3]	
¿Son confiables los reportes de casos que se muestran a la comunidad?	No	499 (94.0) [91.6-95.7]	131 (92.5) [86.6-96.1]	368 (94.6) [91.9-96.4]	0.31
	Sí	32 (6.0) [4.3-8.4]	11 (7.7) [3.9-13.4]	21 (5.4) [3.6-8.1]	
¿Opina que son suficientes las pruebas de detección que se hacen en su comunidad?	No	503 (94.8) [92.5-96.3]	134 (94.4) [89.2-97.5]	369 (94.9) [92.2-96.6]	0.82
	Sí	28 (5.3) [3.7-7.5]	8 (5.6) [2.5-10.8]	20 (5.1) [3.3-7.8]	
		Todos: 531	Municipio no capital n=142 (26.7%)	Municipio capital n=389 (73.3%)	p *
n (%) [IC95%]					
¿Tiene miedo que se presente mortalidad por COVID-19, similar a China o Europa?	No	43 (8.1) [6.1-10.7]	14 (9.9) [5.5-16.0]	29 (7.5) [5.2-10.5]	0.36
	Sí	488 (91.9) [89.3-93.9]	128 (90.1) [84.0-94.5]	360 (92.5) [89.5-94.8]	
¿Considera suficientes las medidas gubernamentales frente al COVID-19?	No	411 (77.4) [73.6-80.7]	114 (80.3) [72.8-86.5]	297 (76.3) [71.9-80.3]	0.33
	Sí	120 (22.6) [19.2-26.3]	28 (19.7) [13.5-27.2]	92 (23.6) [19.7-28.1]	
¿Su comunidad ha acatado adecuadamente las medidas de confinamiento obligatorio?	No	515 (97.0) [95.2-98.1]	138 (97.2) [92.9-99.2]	377 (96.9) [94.7-98.2]	0.87
	Sí	16 (3.0) [1.9-4.8]	4 (2.8) [0.8-7.1]	12 (3.1) [1.8-5.3]	
¿El equipo de salud es suficiente si se incrementan marcadamente los casos?	No	481 (90.6) [87.8-92.8]	130 (91.5) [85.7-95.6]	351 (90.2) [86.9-92.8]	0.64
	Sí	50 (9.4) [7.2-12.2]	12 (8.4) [4.4-14.3]	38 (9.8) [7.2-13.1]	
¿Sentiría miedo de tener necesidad de acudir como paciente a unidad de salud?	No	94 (17.7) [14.6-21.1]	29 (20.4) [14.1-28.0]	65 (16.7) [13.3-20.7]	0.32
	Sí	437 (82.3) [78.8-85.3]	113 (79.6) [72.0-85.9]	324 (83.3) [79.3-86.7]	

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

		Todos: 531	Municipio no capital n=142 (26.7%)	Municipio capital n=389 (73.3%)	p *
n (%) [IC95%]					
¿Se siente satisfecho con la labor que realiza diariamente?	No	139 (26.2) [22.6-30.0]	45 (31.7) [24.1-40.0]	94 (24.2) [20.2-28.7]	0.08
	Sí	392 (73.8) [69.9-77.3]	97 (68.3) [60.0-75.9]	295 (75.8) [71.3-78.8]	
¿Se siente protegido por el sistema en sus actividades profesionales?	No	490 (77.0) [73.2-90.4]	115 (81.0) [73.5-87.1]	294 (75.6) [71.1-79.6]	0.19
	Sí	122 (23.0) [19.6-26.7]	27 (19.0) [12.9-26.4]	95 (24.4) [20.4-28.9]	
¿Siente que está contribuyendo a mejorar la situación actual de la pandemia?	No	63(11.9) [9.3-14.8]	23 (16.2) [10.5-23.3]	40 (10.3) [7.6-13.7]	0.06
	Sí	468 (88.1) [85.1-90.6]	119 (83.8) [76.7-89.4]	349 (89.7) [86.3-92.4]	
¿Siente angustia al pensar que debe ir a trabajar?	No	147(27.7) [24.0-31.6]	42 (29.6) [22.2-37.8]	105 (27.0) [22.8-31.6]	0.55
	Sí	384(72.3) [68.3-75.9]	100 (70.4) [62.2-77.8]	284 (73.0) [68.4-77.2]	
		Todos: 531	Municipio no capital n=142 (26.7%)	Municipio capital n=389 (73.3%)	p *
n (%) [IC95%]					
¿Piensa que o se puede contagiar con el COVID-19 al realizar su trabajo médico?	No	23(4.3) [2.9-6.4]	8 (5.6) [2.5-10.8]	15 (3.9) [2.3-6.3]	0.37
	Sí	508(95.7) [93.5-97.1]	134 (94.4) [89.2-97.5]	374 (96.1) [93.7-97.6]	
¿Ha considerado renunciar a su trabajo para protegerse y proteger a su familia?	No	272(51.2) [46.9-55.4]	71 (50.0) [41.5-58.5]	201 (51.7) [46.7-56.6]	0.73
	Sí	259(48.8) [44.5-53.0]	71 (50.0) [41.5-58.5]	188 (48.3) [43.4-53.3]	
¿Ha sentido decepción en su trabajo médico por las condiciones del COVID-19?	No	226(42.6) [38.4-46.8]	56 (39.4) [31.3-48.0]	170 (43.7) [38.9-48.7]	0.37
	Sí	305(57.4) [53.1-61.5]	86 (60.6) [52.0-68.6]	219 (56.3) [51.3-61.1]	
¿Ha sentido que lo discriminan por ser personal sanitario?	No	324(61.0) [56.8-65.0]	96 (67.6) [59.2-75.2]	228 (58.6) [53.7-63.4]	0.06
	Si	207(39.0) [34.9-43.2]	46 (32.4) [24.8-40.7]	161 (41.4) [36.6-46.3]	
¿Tiene protocolo exhaustivo de desinfección al llegar a casa?	No	49(9.3) [7.0-11.9]	25 (17.6) [11.7-24.9]	24 (6.2) [4.2-9.0]	<0.001
	Sí	482(90.8) [88.0-92.9]	117 (82.4) [75.1-88.3]	365 (93.8) [91.0-95.8]	

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

		Todos: 531	Municipio no capital n=142 (26.7%)	Municipio capital n=389 (73.3%)	p *
n (%) [IC95%]					
¿Siente miedo de llevar el COVID-19 a su casa?	No	28(5.3) [3.6-7.5]	12 (8.4) [4.4-14.3]	16 (4.1) [2.5-6.6]	<0.05
	Sí	503(94.7) [92.4-96.3]	130 (91.5) [85.7-95.6]	373 (95.9) [92.4-97.4]	
¿Su familia tiene miedo de que usted vuelva a la casa infectado por el COVID-19?	No	102(19.2) [16.0-22.7]	29 (20.4) [14.1-28.0]	73 (18.8) [15.2-22.9]	0.66
	Sí	429(80.8) [77.2-83.9]	113 (79.6) [72.0-85.9]	316 (81.2) [77.1-84.8]	
¿Convive con familiares que se encuentran en el grupo de alto riesgo para COVID-19?	No	225(42.4) [38.2-46.6]	71 (50.0) [41.5-58.5]	154 (39.6) [34.8-44.5]	<0.03
	Sí	306(57.6) [53.3-61.7]	71 (50.0) [41.5-58.5]	235 (60.4) [55.5-65.1]	
¿Tiene miedo a ser portador asintomático?	No	213(40.1) [36.0-44.3]	59 (41.5) [33.3-50.1]	154 (39.6) [34.8-44.5]	0.68
	Sí	318(59.9) [55.6-63.9]	83 (58.4) [49.9-66.6]	235 (60.4) [55.5-65.1]	
¿Ha pensado en mudarse de su casa mientras dura la pandemia del COVID-19?	No	171(32.3) [28.3-36.2]	44 (31.0) [23.5-39.3]	127 (32.6) [28.2-37.5]	0.71
	Sí	360(67.8) [63.7-71.6]	98 (69.0) [60.7-76.5]	262 (67.3) [62.5-71.8]	
		Todos: 531	Municipio no capital n=142 (26.7%)	Municipio capital n=389 (73.3%)	p *
n (%) [IC95%]					
¿Ha tenido pesadillas con el virus?	No	357(67.2) [63.1-71.0]	94 (66.2) [57.8-73.9]	263 (67.6) [62.8-72.1]	0.75
	Sí	174(32.7) [28.9-36.8]	48 (33.8) [26.1-42.2]	126 (32.4) [27.9-37.2]	
¿Se siente estresado con el COVID-19?	No	125(23.5) [20.1-27.3]	34 (23.9) [17.2-31.8]	91 (23.4) [19.5-27.8]	0.89
	Sí	406(76.5) [72.6-79.8]	108 (76.1) [68.2-82.8]	298 (76.6) [72.1-80.5]	
¿Se siente angustiado con el COVID-19?	No	409(77.0) [73.2-80.4]	113 (79.6) [72.0-85.9]	296 (76.1) [71.6-80.1]	0.39
	Sí	122(23.0) [19.6-26.7]	29 (20.4) [14.1-28.0]	93 (23.9) [19.9-28.4]	

Nota: La presente encuesta fue tomada de la investigación realizada por Monterrosa Castro A., Dávila Ruiz R., Mejía Mantilla A., Contreras Saldarriaga J., Mercado Lara M., Flores Monterrosa C. (2020) Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. <https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/3890/3280>

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

Según lo planteado durante la encuesta hay diversos puntos que llaman la atención, como se hizo evidente al inicio de la pandemia de la COVID 19, el personal médico tuvo varios desaciertos por parte de la gente del común, pues en sitios públicos fueron discriminados y muchas veces fueron víctimas de situaciones vergonzosas por parte de situaciones de mala información que conllevaron a que se consideraran como alto riesgo y un foco de contagio.

Así mismo, este tipo de conductas y el constante estrés al que se veían enfrentados, llevó a que creyeran estar contagiados en varias ocasiones, sintiéndose enfermos o al menos con síntomas del virus, afectando así su tranquilidad constantemente, también consideraban que la rápida propagación del virus no permitía que se tomaran la cantidad de pruebas necesarias para tener cifras 100% reales y actualizadas sobre el avance del brote en Colombia, lo que conllevaba a un temor justificado por alcanzar altas cifras de mortandad a causa de la COVID 19 en el país.

Por otro lado y como se ha venido desarrollando a lo largo del presente artículo, el personal médico encuestado consideraba que las medidas gubernamentales no eran las más adecuadas para el tratamiento del virus, esto se refleja en decisiones como las medidas de confinamiento y a su vez cuando se retiró el mismo, ya que la gente no acató normas básicas de bioseguridad para hacer más llevadero el virus y a su vez para no propagar de una forma tan acelerada el virus.

De igual forma, el personal médico no era suficiente para la situación a la que se veían enfrentados en los centros de atención médica, lo que generaba igualmente un temor por contraer el virus, ya que conocían de primera mano que ni el personal ni las instalaciones eran suficientes para su cuidado, así como una falta de elementos de protección personal (EPP) para realizar sus funciones, lo que generaba angustia entre el personal al realizar sus funciones, por un latente temor a contraer el virus y muchas veces éstos preferían pensar en renunciar por temor a

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

contagiarse o contagiar a su familia, ya que muchos de ellos convivían con familiares con comorbilidades de alto riesgo de contagio de la COVID 19, así mismo muchos de los encuestados consideraron mudarse solos mientras el virus de la COVID 19 estuviera presente para evitar riesgos de contagio.

Muchos de ellos tuvieron sentimientos de decepción en su trabajo médico por las condiciones de la COVID 19, así mismo su constante temor los llevaba a ser muy exhaustivos a la hora de llegar a su casa para evitar cualquier posible contagio de sus familiares o de ellos mismos, a su vez, el temor incrementaba por considerar que pudieran ser pacientes asintomáticos y poder infectar tanto a sus familiares como a pacientes de otras enfermedades; lo que desencadenó finalmente en altos niveles de estrés por toda la situación vivida por el personal médico.

Con todo este análisis que surge a raíz de la encuesta realizada, es importante identificar como los trastornos en la salud mental, son fuertemente mencionados dentro de la encuesta y es notorio que realmente las personas estaban en una constante situación de temor y estrés, debido al escenario que se está atravesando en el país por causa de la COVID 19, es por esto que debería darse un manejo adecuado y de calidad a la salud mental de los trabajadores, puesto que el personal médico es de vital importancia para contrarrestar todo el entorno médico de los pacientes que contraen el virus, es así como las políticas, leyes y decretos de salud mental se quedan cortos a la hora de reaccionar frente a estas situaciones.

La salud mental es una de las áreas más desatendidas de la salud pública. Cerca de 1000 millones de personas viven con un trastorno mental, 3 millones de personas mueren cada año por el consumo nocivo de alcohol y una persona se suicida cada 40 segundos. Y ahora, miles de millones de personas de todo el mundo se han visto afectadas por la

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

pandemia de COVID-19, que está teniendo repercusiones adicionales en la salud mental de las personas. (OPS/OMS, 2020e)

No se puede dejar de lado que la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha buscado generar un amplio impacto sobre los síntomas presentados por el personal médico a raíz del contexto de la pandemia y como pueden orientarse bajo protocolos ya expedidos con anterioridad sobre situaciones que produzcan bastante estrés en el personal de la salud, trabajadores de primera línea, personal de los centro de salud y personas que hayan sufrido cambios significativos en su salud mental como consecuencia de la COVID 19.

En el caso de los trabajadores de salud, sentirse bajo presión es una experiencia que usted y muchos de sus colegas probablemente estén viviendo; de hecho, es muy normal sentirse así en la situación actual. El estrés y los sentimientos que lo acompañan no son reflejo, de ninguna manera, de que usted no puede hacer su trabajo o de que sea débil. Atender su salud mental y su bienestar psicosocial en estos momentos es tan importante como cuidar su salud física. (OMS, 2020f)

No obstante es de consideración que realmente en el país no se le ha dado un trato significativo a los cuidados de la salud mental en el personal de la salud, como tampoco se ha buscado un cambio en las políticas de salud mental, donde se incluyan con más relevancia las afectaciones mentales que pueden contener situaciones como la que se viven actualmente por parte del personal de la salud, como se puede evidenciar en el CONPES 3992 de 2020, sobre la estrategia para la promoción de la salud mental en Colombia, donde se definen tres objetivos:

1. Aumentar la coordinación intersectorial para lograr una implementación efectiva de la promoción, la prevención, la atención integral y la inclusión social de las personas

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

con problemas o trastornos mentales, con consumo o abuso de SPA, o víctimas de violencias.

2. Fortalecer los entornos en los que se desarrolla la población colombiana, así como sus competencias socioemocionales individuales y colectivas, para prevenir los problemas o trastornos mentales, el consumo o abuso de SPA, y las violencias.
3. Mejorar la atención en salud mental y la inclusión social para disminuir el número de personas con problemas o trastornos mentales, con consumo o abuso de SPA y víctimas de violencias. (García, 2020)

Adicionalmente, es importante incluir de una forma más implícita dentro del ODS N° 3 la salud mental, ya que es trascendental en escenarios como el presente, darle la relevancia que la situación requiere, así como es importante cuidar la salud física, es muy necesario también cuidar la salud mental, ya que depende de ambas que las personas en general cuenten con las capacidades tanto para ejercer sus funciones dentro de la sociedad, como para realizar un estilo de vida que les permita sentirse realizados, un adecuado tratamiento de salud mental, puede cambiar significativamente la calidad de vida de cualquier persona.

La Salud Mental es de interés y prioridad nacional para la República de Colombia, es un derecho fundamental, es tema prioritario de salud pública, es un bien de interés público y es componente esencial del bienestar general y el mejoramiento de la calidad de vida de colombianos y colombianas. (Ley 1616 de 2013)

Finalmente, Colombia ha buscado hacerle frente a la problemática de salud mental más desde una óptica de los trastornos de ansiedad, consumo de sustancias psicoactivas y enfermedades mentales, pero así como dentro de la Ley de Salud Mental, se considera importante el tratamiento de trastornos y enfermedades mentales y se determinan como derecho

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

fundamental su tratamiento, el personal encargado de los tratamientos mentales no es suficiente para la cantidad de población que sufre de diversos trastornos, razón por la cual también deben encaminarse políticas a promover este tipo de carreras como la sicología y adicionalmente, crear sitios especializados para el tratamiento de este tipo de trastornos que permitan desarrollar mejor la calidad de vida del personal de la salud en Colombia, así como reevaluar constantemente las políticas de salud mental, atender de manera más cercana estas problemáticas, por otro lado es importante realizar seguimientos y auditorias que permitan verificar las posibles mejoras a la atención en salud mental.

CONCLUSIONES

Es muy importante que el gobierno nacional determine políticas públicas, leyes, estatutos y demás normas de calidad que contribuyan a mejorar las condiciones de salud mental tanto del personal médico como de la sociedad en general, puesto que debido a la situación vivida por la COVID 19, se incrementaron los trastornos mentales, mucho por temor, angustia a contraer el virus y por situaciones repentinas de muertes masivas de los pacientes, lo que generó crisis de ansiedad y estrés, situaciones que son necesarias tratar con agilidad y cumpliendo con los protocolos necesarios para tratar la sintomatología desencadenada con la COVID 19.

Por otro lado, es necesario que los Objetivos de Desarrollo Sostenible tengan en cuenta dentro de su ODS 3 “salud y bienestar” los temas de salud mental, donde se haga una fuerte llamada a los países para que incluyan políticas de calidad sobre la salud mental, los trastornos posteriores a la pandemia y que adicionalmente generen conciencia sobre la importancia de carreras que vinculen la salud mental como tema fundamental, así mismo, contribuir desde su posición para sentar un precedente sobre la necesidad de atender la salud mental como prioridad para adquirir un nivel de vida de calidad.

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

Por último, es vital mantener hábitos de salud mental de calidad, realizar chequeos constantes para el personal médico sobre sus condiciones médicas tanto a nivel de salud física como mental, donde se evidencie que sus capacidades estén acordes a un nivel de vida saludable, donde puedan cumplir con sus actividades laborales y personales a cabalidad, logrando así reducir los posibles riesgos por enfermedades laborales de los trabajadores de salud y manteniendo así un personal adecuado para seguir combatiendo la COVID 19.

AGRADECIMIENTOS

A Dios por permitirme cumplir cada una de mis metas, a mi angelito en el cielo, todo esto es por y para ti mi carmentea, a mi amada madre, por estar a mi lado siempre y a mi padre por ser mi apoyo incondicional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cifuentes Avellaneda, A., Rivera Montero, D., Vera Gil, C., Murad Rivera, R., Sánchez, S.M., Castaño, L.M., Royo, M. y Rivillas García, J.C. (2020). *Informe 3. Ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental durante el distanciamiento físico en Colombia*. <https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/05/Informe-3-Ansiedad-depresion-y-miedo-impulsores-mala-salud-mental-durante-pandemia-Estudio-Solidaridad-Profamilia.pdf>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística DANE (2020). *Salud mental en Colombia: una aproximación desde las estadísticas oficiales en el contexto de pandemia*. <https://www.dane.gov.co/files/webinar/presentacion-webinar-salud-mental-en-colombia-21-10-2020.pdf>

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

García Lara, F.J. (Julio de 2020). *¿Es prioritaria la salud mental?* Blog NeuroEconomix.

<https://www.neuroeconomix.com/es-prioritaria-la-salud-mental/>

González Rodríguez, A. y Labad, J. (2020). *Salud Mental en tiempos de COVID: reflexiones tras el estado de alarma*. Medicina Clínica. Revista de contenido clínico.

<https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-avance-resumen-salud-mental-tiempos-covid-reflexiones-S002577532030525X>

Herrera, L. P. (2020). *Impacto de la agenda del ODS 8 en Colombia en tiempos de pandemia*.

<http://hdl.handle.net/10654/37646>.

Ley 1616 de 2013. *Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones*. 21 de enero de 2013. [https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists](https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf)

[/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf](https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf)

Ministerio de Salud y Protección Social. (2020a). *Lineamientos para abordar problemas y trastornos mentales en trabajadores de la salud en el marco del afrontamiento del coronavirus (Covid – 19)*. <https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GPSG03.pdf>

MinSalud. (2020b). *Gestión integrada para la salud mental*.

<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/gestion-integrada-para-la-salud-mental.aspx>

Miranda, A. D. (2018). *Análisis del impacto del síndrome de burnout en el talento humano en salud y la seguridad de los pacientes*. <http://hdl.handle.net/10654/18188>.

Monterrosa Castro A., Dávila Ruiz R., Mejía Mantilla A., Contreras Saldarriaga J., Mercado

Lara M., Flores Monterrosa C. (2020) *Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en*

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

médicos generales colombianos. MedUNAB. 23(2): 195-213.

<https://doi.org/10.29375/01237047.3890>

Organización Mundial de la Salud OMS. (2004). *Invertir en salud mental*.

https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf

Organización Panamericana de la Salud OPS / Organización Mundial de la Salud OMS. (2020a).

No hay salud sin salud mental. <https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental#:~:text=La%20OMS%20alerta%20que%20la,las%20personas%20y%20las%20comunidades>.

OPS/OMS. (2020b). *Respuesta de la OPS/OMS. 31 de marzo del 2020. Informe N°1*.

https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52404/COVID-19SitRep1_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

OPS/OMS. (2020c). *Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS*.

<https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>

OPS/OMS. (2020d). *Aumentar sustancialmente las inversiones para evitar una crisis de salud mental*. <https://www.who.int/es/news/item/14-05-2020-substantial-investment-needed-to-avert-mental-health-crisis>

OPS/OMS. (2020e). *Día Mundial de la Salud Mental: una oportunidad para impulsar un aumento a gran escala de la inversión en salud mental*. <https://www.who.int/es>

IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POR LA COVID 19

[/news/item/27-08-2020-world-mental-health-day-an-opportunity-to-kick-start-a-massive-scale-up-in-investment-in-mental-health](#)

OPS/OMS. (2020f). *Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19*. <https://www.paho.org/es/documentos/consideraciones-psicosociales-salud-mental-durante-brote-covid-19>

OPS/OMS. (2021). *La Asamblea Mundial de la Salud se centrará en el fin de la pandemia de COVID-19 y en la preparación para la siguiente pandemia*.
<https://www.who.int/es/news/item/19-05-2021-world-health-assembly-to-focus-on-ending-covid-19-pandemic-and-preparing-for-next-one>

Resolución 4886 de 2018 [Ministerio de Salud y Protección Social] Por la cual se adopta la Política Nacional de Salud Mental. 7 de noviembre de 2018.
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>

Urbiña Villarraga, J.M., Velandia Puerto S.M, Gómez Lora M.C., Cañón Ramírez D.S., Vargas-Montoya T.M., Harnache Bustamante D.H. (2021). *Síndrome de Burnout y la psiconeuroendocrinoimmunología: consecuencias en el personal de salud durante la pandemia por Coronavirus*. MedUNAB. 24(1) 3997
<https://doi.org/10329375/01237047.3997>